

---

## Einführung in die Innere-Kind-Arbeit

### Theorie, Methoden und Anwendung

### Bildungsurlaub

**Seminarnummer:** U019Ki  
**Wann?** Mo, 06.05.19 – Fr, 10.05.19  
**Wo?** Melanchthon-Akademie  
Kartäuserwall 24b  
50678 Köln

**Wer?** Eva Jaskolski  
Dipl. Kunsttherapeutin  
Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG)  
Systemische Aufstellerin, Systemischer Coach  
Freie Künstlerin



In diesem Seminar erhalten die Teilnehmer\*innen einen umfassenden Einblick in den theoretischen Hintergrund und die psychologischen Grundlagen der Inneren-Kind-Arbeit. Anhand von verschiedenen angeleiteten Verfahren (kunsttherapeutische Übungen, Körper- und Wahrnehmungsübungen, Elemente aus der systemischen Aufstellungsarbeit) erfahren Sie die Wirkungsweisen der Inneren-Kind-Arbeit und lernen die Arbeit mit unterschiedlichen Persönlichkeitsanteilen kennen. In verschiedenen ressourcenorientierten Übungen werden Methoden zur Entwicklung von selbstfürsorglichen Anteilen vermittelt. Abschließend erfolgt eine Reflexion der verschiedenen Methoden in Bezug auf die Anwendungsmöglichkeiten im eigenen Arbeitsfeld.

Seminarziele:	Sonstiges:
<ul style="list-style-type: none"><li>- theoretischer Hintergrund und psychologische Grundlagen der Inneren-Kind-Arbeit</li><li>- Wirkungsweisen der Inneren-Kind-Arbeit</li><li>- praktische Anwendung der Inneren-Kind-Arbeit</li><li>- Anwendung im eigenen Arbeitsfeld</li><li>- Risiken und Kontraindikationen der Inneren-Kind-Arbeit</li></ul>	<p>Bitte bringen Sie Kopien von eigenen Kinderfotos mit.</p>

---

## Seminarinhalte

### Einführung in die Innere-Kind-Arbeit

Theorie, Methoden und Anwendung

Mo, 06.05.19 – Fr, 10.05.19

#### Montag

- 10:00-12.30h Begrüßung und Vorstellung des Seminarprogramm und der Seminarziele  
Einführung in das Seminarthema „Die Theorie der Inneren-Kind-Arbeit“ mit Fallbeispielen
- 12:30-14:00h Mittagspause
- 14:00-16:30h Schriftliche Übung „Welche Eigenschaften soll der ideale liebevolle Erwachsene haben?“  
Imagination „Sicherer Ort und Begegnung mit liebevollen Erwachsenen“  
kreatives Gestalten mit Farben, Ton, Collagen, Austausch in der Gruppe

#### Dienstag

- 10:00-12.30h Kurzmeditation, Kurzvorträge zu den Themen „Die Ego-State Therapie (Watkins) und das System der Inneren Familie (Schwartz)“  
Übung „Kraftquellenliste“, Gestalten eines Kraftmandalas
- 12:30-14:00h Mittagspause
- 14:00-16:30h Körperübungen, Imagination „Sicherer Ort mit Kraftquelle“  
Verankern der Ressourcen mit dem Zürcher Ressourcenmodell  
Übung „Liste der Macht: Was ist heute anders als damals?“, Austausch in der Gruppe

#### Mittwoch

- 10:00-12.30h Kurzmeditation, Kurzvortrag über PITT nach Reddemann  
Imagination „Innerer Helfer“, kreatives Gestalten, schriftliche Übung „Brief an das Innere Kind“
- 12:30-14:00h Mittagspause
- 14:00-16:30h Körperübungen, schriftliche Übung „Positive Erinnerungen der Kindheit“  
Imagination „Innerer Kinderort mit Schutzwesen“  
kreatives Gestalten mit Farben, Ton, Collagen, Austausch in der Gruppe

#### Donnerstag

- 10:00-12.30h Kurzmeditation, Imagination „Kindliche Hintergründe von erwachsenen Problemen erkennen“  
Gestalten mit eigenen Kinderfotos
- 12:30-14:00h Mittagspause
- 14:00-16:30h Körperübungen, systemische Aufstellungsarbeit, Austausch in der Gruppe

#### Freitag

- 10:00-12.30h Kurzmeditation, Schriftliche Übung „Glaubenssätze“, Gestalten der neuen Glaubenssätze, Austausch in der Gruppe
- 12:30-13:00h Mittagspause
- 13.00-14:00h Auswertung der Seminarwoche in Bezug auf Umsetzungsmöglichkeiten in den eigenen Berufsalltag,  
Literaturhinweise, Abschlussrunde